Nr. 21 Cena 70 gr.

MŁODA MATKA



Mały krzykacz.

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

ROK IV. Nr. 21.

MŁODA MATKA

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT SIEDMIU

POPIERANY PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

PIERWSZY ZESZYT LISTOPADOWY 1930 R.



MAŁY FOTOGRAF

Jarzyny i soki w odżywianiu dzieci

Znaczenie soków surowych w odżywianiu dzieci, a nawet niemowląt przeniknęło już do wiadomości szerokiego ogółu i prasy codziennej. Soki surowe (marchwiowy, pomarańczowy, cytrynowy i t. p.) stały się niemal synonimem t. zw. witamin, o których mówi się i pisze obecnie wszędzie, aż do przesady, tak że zaczęto zapominać o innych podstawowych składnikach odżywiania.

Różne składniki pokarmowe nie można bowiem dzielić na zbędne i niezbędne. Jeżeli słuszne jest, że witaminy są konieczne w pokarmach dla prawidłowego rozwoju dziecka, to w niemniejszym stopniu niezbędne są także: woda, białko, tłuszcz, węglowodany i różne sole, przytem w pewnem określonem ustosunkowaniu. Przy wykluczeniu całkowitem z pożywienia białka, albo węglowodanów — ustrój ginie prędzej niż przy wykluczeniu witamin.

Robimy powyższe uwagi w tym celu, aby podkreślić, że nie należy bynajmniej identyfikować znaczenia jarzyn i soków surowych w odżywianiu dziecka. Jarzyny, jak wiadomo, zawierają także witaminy znajdujące się przeważnie w sokach surowych. Lecz znaczenie jarzyn dla odżywiania jest inne i nie dadzą się one zastąpić sokami. Jarzyny podajemy niemowlętom i dzieciom starszym nietylko i nie tyle dla zawartości w nich witamin, lecz dla szeregu ważnych właściwości, które będą omówione poniżej. Znaczenie jarzyn dla ustroju jest bardziej wielostronne, niż soków.

Pomijając to, że niektóre jarzyny zawierają sporą ilość węglowodanów (naprz. kartofle), lub białka (naprz. groch i fasola) — jarzyny są z pewnych względów niezastąpionym składnikiem pokarmowym.

Przedewszystkiem są one zasadniczo kontrastowym pokarmem smakowym. Czy to będzie przeważnie mleczne odżywianie niemowlęcia, czy też przeważnie węglowodanowo - białkowe odżywianie dziecka starszego — jarzyny cechują się odrębnemi właściwościami smakowemi, nadającemi im znaczenie przyprawy. Znaczenia tego nie należy bagatelizować, wiadomo bowiem, że czynniki smakowe mają wpływ na wydzielanie się soków trawiennych, a więc i na cały przebieg trawienia i przyswajania pokarmów.

Dalej, jarzyny, jako pokarm o dużej objętości odgrywają rolę czynnika zmuszającego dziecko do powolniejszego i dokładniejszego przeżuwania pokarmów białkowych i prowadzą do powstawania odpowiedniejszej papki pokarmowej.

Dzięki zawartości w jarzynach drzewnika (cellulozy) — substancji

nie ulegającej strawieniu, — znaczenie jarzyn, jako bodźca mechanicznego dla przewodu pokarmowego, staje się niezastąpione. Dzięki jarzynom tworzy się rozpulchniona papka pokarmowa, tak że rolę jarzyn można porównać do roli drożdży lub zaczynu przy pieczeniu chleba, który (zaczyn), przez fermentację czyni ciasto większym objętościowo i rozpulchnionem, a przez to łatwo strawnym, w odróżnieniu od ciasta z t. zw. zakalcem.

Na tę rolę jarzyn w akcie trawienia należy zwrócić większą uwagę, gdyż właśnie dlatego podawanie jarzyn doskonale przeciwdziała tak częstym u dzieci skłonnościom do zaparcia, występującego na skutek jednostronnego przekarmiania pokarmami białkowemi (mleko, jaja, mięso, ser).

Znaczenie jarzyn w odżywianiu uwidacznia się już w I roku życia gdy rozpoczynamy t. zw. dokarmianie w 7-m miesiącu życia. Podawanie jarzyn dziecku należy rozpoczynać tak wcześnie, jak tylko jest to z ogólnie przyjętych względów możliwe, gdyż wtedy najłatwiej jest przyzwyczaić dziecko do przyjmowania tego nowego pokarmu.

Gdy czas ten odpowiedni nie wykorzystamy, a zaczniemy podawać jarzyny dopiero w II roku życia — zdarza się często, że dziecko stawi opór i w ten sposób wytwarza się już na dłuższy czas wadliwe nastawienie w odżywianiu — prowadzące do przekarmienia białkiem lub węglowodanami, wraz z następstwami chorobowemi.

Prócz powyższego — jarzyny zawierają szereg soli mineralnych — nieobecnych w innych pokarmach, — a niezmiernie ważnych dla całej gospodarki ustrojowej i budowy kośćca dziecka.

Widzimy więc, że znaczenie jarzyn dla odżywiania dziecka jest bardziej szerokie i wielostronne, niż samych soków. Soki surowe podaje się dzieciom wcześniej niż jarzyny. Podajemy je również nie tylko ze względu na witaminy, które naprz. w żywym pokarmie matki są w dostatecznej ilości. Soki dla niemowlęcia stanowią ogniwo pośrednie, przejście — ułatwiające późniejsze wprowadzenie do odżywiania jarzyn. Sprzyjają temu—odmienny smak, zapach i sposób podawania soków (łyżeczką). W odżywianiu wogóle nie powinno być gwałtownych skoków, lecz wszystko, jak widzimy, powinno następować w pewnej harmonijnej kolejności.

Najbardziej popularnym sokiem dla niemowląt — jest sok pomarańczowy, — lecz daje się on znakomicie w każdej porze roku zastąpić przez sok cytrynowy, który posiada te same właściwości, a prócz tego może nawet hamować skłonności do zrzucania.

Sok cytrynowy podaje się ocukrzony, wprost z łyżeczki, lub w ocukrzonej wodzie, a nawet w mleku lub mieszance. Ilość podawanego soku waha się od jednej do kilku łyżeczek na dobę, zależnie od zlecenia lekarza. Zamiast tych soków można podawać sok z marchwi

surowej, pomidorów, które nie stoją niżej od poprzednio wymienionych, sok z buraków, jabłek i t. p.

Z jarzyn najwcześniej dajemy niemowlęciu — kalafjor, marchewkę, szpinak, później kartofle, buraczki, sałatę — wszystko w postaci dokładnie przygotowanej papki. Co do rodzaju jarzyn, to często daje się słyszeć, że chwali się szczególnie marchewkę, innym razem buraczki lub szpinak i t. p. Nie należy myśleć, że pewne jarzyny obdarzone są wyjątkowemi zaletami, inne wyjątkowemi wadami. Ponieważ jednak wartość pokarmowa jarzyn rzeczywiście może się znacznie wahać w zależności od ilości i jakości zawartego w nich drzewnika, soli, węglowodanu i białka, — przeto najlepiej dążyć do urozmaicenia menu, podając dziecku raz jedną, drugi raz inną jarzynę. Unika się w ten sposób monotonji i wprowadza się jaknajbardziej urozmaicone składniki pokarmowe, — z których ustrój ma możność wybierać najbardziej potrzebne, a które niemożliwe jest zgóry określić.

Przez urozmaicenie żywienia (w granicach pokarmów dozwolonych dla pewnego wieku dziecka) nawet i bez dużych wiadomości z dziedziny odżywiania unikniemy szkodliwości wynikających zawsze z odżywiania jednostronnego, które prowadzi do tego, że wprowadzamy nadmiar jednych składników na niekorzyść innych, czasami niezbędnych. Monotonne odżywianie bywa często odżywianiem źle zrównoważonem, to znaczy nie daje możności ustrojowi wyrównania błędów wynikających z niekorzystnego ustosunkowania się różnych składników pokarmowych w pewnej djecie szablonowej.

Jarzyny i soki są właśnie tym najważniejszym czynnikiem pokarmowym rozbijającym złe ustosunkowanie się białka, węglowodanów i tłuszczów, dzięki swym właściwościom, któreśmy omówili powyżej.

Owoce nie zastąpią nam w zupełności jarzyn, gdyż stanowią one deser, uniemożliwiający spożywanie ich łącznie z pokarmami mięsnemi, nie zawierają soli, drzewnik ich jest tego rodzaju, że pęczniejąc nadmiernie w połączeniu z wodą, nie może być tak dobrze znoszony jak drzewnik jarzyn.

Dr. J. Wiszniewski.

Pleśniawki

Pleśniawki, zwane pospolicie „betkami" występują w postaci białych punkcikowatych, bądź pasmowatych nalotów na błonie śluzowej języka i jamy ustnej. W przypadkach cięższych naloty te są b. obfite, zlewają się z sobą i wyściełają niemal całą jamę ustną, niekiedy zaś przechodzą również na gardziel, przełyk i krtań. Przy po-

cieraniu stwierdzamy, że przylegają silnie do podłoża i nie dają się zetrzeć, czem odróżnić je można od resztek pokarmowych, dających się łatwo usunąć.

Pleśniawki wywołane są przez grzybek i same przez się nie stanowią poważnego cierpienia, dopóki umiejscowione są jedynie w buzi. Zaznaczaliśmy powyżej, że niekiedy pleśniawki szerzą się na przełyk i krtań, w tych zaś przypadkach mogą już wywołać poważniejsze zaburzenia, w postaci utrudnienia połykania, bądź oddychania.

Jak widzimy, niewinne to naogół cierpienie może czasami wywoływać poważne zaburzenia.

Pleśniawki są chorobą niemal wyłącznie wieku niemowlęcego. Na powstanie ich składają się dwa czynniki: 1) ogólny — w postaci jakiegoś niedomagania niemowlęcia, najczęściej zaburzenia kiszkowego, 2) miejscowy — w postaci uszkodzenia błony śluzowej jamy ustnej. Zwłaszcza ten drugi czynnik odgrywa dużą rolę, spostrzegamy bowiem wiele niemowląt chorych, u których pleśniawki w buzi nie usadawiają się, bowiem broni mu dostępu zdrowa śluzówka.

A zatem powstawaniu pleśniawek poza złym ogólnym stanem niemowlęcia, sprzyja wadliwa pielęgnacja jamy ustnej.

Pod wadliwą pielęgnacją rozumiemy zupełnie zbędne, dokonywane z zapałem godnym lepszej sprawy wycieranie buzi niemowlęcia. Ciekawe jest, że ten właśnie szkodliwy zabieg uprawiany jest z niesłychaną konsekwencją i to nawet przez matki z proletarjatu, które naogół nie doceniają znaczenia wody i mydła i tygodniami czasami dzieci nie kąpią i nie myją.

Wszelkie wycieranie buzi, czem by to nie było, a więc wodą czystą, wodą utlenioną, roztworem kwasu bornego i t. d. jest nietylko zbędne, ale szkodliwe. Błona śluzowa jamy ustnej niemowlęcia jest niezmiernie delikatna, zaś wszelkie wycieranie uszkadza ją i sprzyja osiedlaniu się najrozmaitszych zarazków.

Tualeta jamy ustnej niemowlęcia powinna polegać na obmywaniu piersi matki przed karmieniem i na unikaniu wszelkiego rodzaju smoczków, które ulegając łatwo zanieczyszczeniu spowodować mogą zakażenie.

Zdrowa błona śluzowa buzi niemowlęcia, nie uszkadzana mechanicznie, nigdy nie będzie terenem odpowiednim dla rozwoju pleśniawek.

Leczenie pleśniawek polega na smarowaniu wykwitów roztworem boraksu w glicerynie, bądź też na podawaniu niemowlęciu smoczka z gazy przepojonej powyższem lekarstwem. Oczywiście jednocześnie dbać należy o podniesienie stanu zdrowia ogólnego niemowlęcia, gdyż jak wiemy, pleśniawki towarzyszą przeważnie cierpieniom natury ogólnej.

Dr. M. Stopnicka.

Czystość to zdrowie

MYJCIE SIĘ W WODZIE BIEŻĄCEJ.

W przychodniach dla chorych, w poczekalniach lekarskich, w szkołach, wszędzie spotykamy wielkiemi literami wypisane hasło: **Czystość to zdrowie.**

O prawdzie tego hasła świadczy fakt, że w miejscowościach, gdzie o wodę jest łatwo, a ludność od niej



Myj się nad miednicą, wodą czystą, świeżą, bieżącą.

nie stroni, spotyka się mniej chorych, niż w miejscowościach, w których ludność zużywa wody mało.

Ilość zużywanej wody i mydła świadczy o kulturze danego kraju. Im więcej wody i mydła, tem mniej chorób.

Prawda ta przenika coraz bardziej do świadomości najszerszych warstw społeczeństwa.

Skóra ludzka jest zawsze pokryta cieńszą albo grubszą warstewką tłuszczu, który wydzielają gruczoły tłuszczowe gęsto w niej rozsiane. Wszelki brud, osiadając na skórze, miesza się z tym tłuszczem. Wiemy, że tłuszcz w wodzie się nie rozpuszcza — woda po nim spływa. Dlatego nie powinniśmy się myć w samej wodzie.

Do rozpuszczenia tłuszczu służy mydło. Woda jest już tylko potrzebna do spłukania tego rozpuszczonego tłuszczu i zmieszanego z pianą mydlaną brudu.

Aby zachować czystość, a przez to zdrowie, trzeba się myć często. **Ale nie wszyscy się myć umieją.**

Proszę sobie przedstawić następujący obrazek, jakże często niestety spotykany: dziecko przychodzi ze spaceru spotniałe, zakurzone, brudne; nalewa do miednicy

wody, bierze mydło, myje się. Po umyciu rąk, woda już jest mocno brudna. Nie zmieniając wody, myje dalej twarz, szyję, głowę.

Czyż możemy nazwać to myciem się? Przecie to jest właściwie tylko równomierniejsze rozmazanie brudu na większej powierzchni skóry.

A w tej brudnej wodzie przecie nie znajdował się już tylko jakiś zupełnie obojętny pył. Tam były już miljony różnych zarazków. Dziecko, będąc na spacerze, dotykało się przedmiotów, których przedtem dotykało już setki rąk i to rąk ludzi często chorych, stykało się z innemi dziećmi, też nie zawsze zdrowemi. A trzeba pamiętać, że mydło zarazków nie zabija.

Nic więc dziwnego, że przy takim sposobie mycia się dzieci, to samo zresztą dotyczy i dorosłych, zapadają one na różne choroby skórne, jaglicę i t. p.

Jeszcze gorsza jest sytuacja i poważniejsze może pociągnąć za sobą następstwa jeżeli w tej samej miednicy i w tej samej wodzie myje się nieraz cała rodzina. To już nie jest mycie się w wodzie, to jest mycie się w pomyjach.

Jakżeż temu zapobiec? Odpowiedź jest prosta: **trzeba się myć w wodzie bieżącej.**

Ale sceptyk powie: łatwo mówić myj się, w wodzie bieżącej. A skąd tej wody bieżącej wziąć, nie wszędzie przecież są wodociągi.

Prawda, nie wszędzie.

Otóż tam, gdzie to udogodnienie mamy, trzeba się myć pod kranem, a tam gdzie go niema, jest bardzo łatwo samemu sobie za grosze urządzić aparat do bieżącej wody.

O tem jak taki aparat wygląda i jak trzeba się z nim obchodzić, podamy w następnych numerach.

Dr. Z. Morawski.



Jeżeli chcesz być zdrowym i uniknąć chorób zaraźliwych nie myj się we własnych i cudzych pomyjach w miednicy.

Z higjeny macierzyństwa

WODA PŁODOWA I PĘPOWINA.

Dziecko przed urodzeniem znajduje się w macicy, jak w gniazdku, otoczone workiem błoniastym, wypełnionym wodą płodową.

Woda płodowa jest przesiękiem z krwi matczynej i produktów, przemiany materji dziecka; w pierwszych miesiącach przezroczysta, a w ostatnich jest mętna.

Zadaniem głównem wody płodowej jest ochrona od ucisku poszczególnych części ciała dziecka, które swobodnie mogą się w niej poruszać.

Im mniej jest wody płodowej — tem bardziej musi być skurczone dziecko i tem mniej odczuwa matka jego ruchy. Tak bywa w ostatnim miesiącu ciąży, kiedy dziecię dosięga najwyższego swego rozwoju fizycznego w łonie matki.

Dawniej przypuszczano, że woda płodowa służy do odżywiania płodu, lecz przekonano się potem, że tylko przez obieg krwi łożyskowy zabiera płód produkty potrzebne dla swego rozwoju, rozpuszczone w krwi matczynej.

Wszystko, co potrzebne jest płodowi dla jego normalnego rozwoju, przenoszone jest wraz z krwią przez żyłę pępkową. Żyła łączy naczynia krwionośne łożyska z naczyniami krwionośnemi dziecka. Żyła pępkowa i dwie tętnice znajdują się w sznurku pępkowym, który łączy brzuszek dziecka z łożyskiem.

Widzimy więc z tego, jak ważną rolę odgrywa przed urodzeniem dziecka sznurek pępkowy, który jest pośrednikiem, służącym do oddychania i odżywiania płodu w łonie matki.

Ucisk lub skręcenie się sznurka odbija się fatalnie na obiegu krwi dziecka i grozi mu zaduszeniem. Długość sznurka przeważnie wynosi 50 centymetrów, lecz bywa czasem zbyt krótki sznurek, grożąc wtedy przedwczesnym odklejeniem łożyska.

Zbyt długi zaś sznurek pępkowy nie jest także pożądany, gdyż często powoduje skręty i zarzucanie poprzez szyję, uda i inne części ciała płodu, wywołuje ucisk przy postępowaniu przodującej części w czasie porodu. Objawia się to natychmiast zmianą tętna serca dziecka, które ulega przyśpieszeniu.

Po urodzeniu obieg krwi dziecka uniezależnia się od matki, sznurek pępkowy już zbyteczny się przecina i przewiązuje, a z pierwszym krzykiem płuca dziecka zaczynają samodzielnie oddychać.

Łożysko po dokonaniu swego przeznaczenia, jako niepotrzebne, jest wyrzucone skurczami samoistnemi mięśni macicy.

Dr. J. Śmiarowska.

O przeciążeniu umysłowem małego dziecka

W ostatnich latach — ściślej mówiąc w ostatnich dziesiątkach lat — mówi się bardzo dużo o przeciążeniu młodzieży szkolnej. Rodzice, rzuciwszy na barki szkoły troskę o wykształcenie ich dzieci — swobodnie krytykują programy, metody, warunki pracy — zapominając o tem, że, nie prowadząc nauki sami, nie dali dowodu, że zrobiliby to lepiej i dokładniej. Zresztą, źle mówią, wręcz przeciwnie, dali nieraz właśnie dowody zupełnego braku talentu czy to wychowawczego czy nauczycielskiego — w tym czasie, kiedy dziecko było w domu, w wieku przedszkolnym.



Wojtek.

Nie mam zamiaru brać w obronę szkoły, czy dyskutować na temat przeciążenia w szkole — chciałbym tylko podkreślić, że wiek szkolny jest okresem o wiele większej odporności nerwowej i harmonji psychicznej (wyłączając naturalnie okres dojrzewania) niż wiek przedszkolny.

O ile przypominamy sobie zasadnicze cechy dziecka w okresie lat 2 — 7-iu — to, jak wiemy, mamy tu takie właściwości:

1) Szybki wzrost, 2) wolniejszy przyrost wagi, 3) wzrost dość szybki kończyn, 4) zwiększanie się dość szybkie muskulatury i jej sprawności, 5) wybitne podniesienie sprawności układu płuca — serce, 6) **duża wrażliwość układu nerwowego, 7) bardzo szybki rozwój psychiczny dziecka.**

Prostszemi słowami możemy powiedzieć, że mamy w tym okresie doczynienia naogół z dzieckiem wysmukłem, chudem, o długich względnie nóżkach i rączkach (w porównaniu z niemowlęciem) ruchliwem, **nerwowem i chciwie wchłaniającem do główki wszystko, co „na drodze“.** Zmiany te zaostrzają

się tym bardziej, im bardziej dziecko zbliża się do wieku szkolnego.

Przekonywujących dowodów nerwowości dziecka nie brakuje. Przytoczyć ich mogą dużo sami rodzice, i to nietylko dzieci wyraźnie nerwowych — ale i tych zdawałoby się, **„najpoważniejszych“.** Częste płacze, krzykliwość, zmienność usposobienia, przejście szybkie od nadmiernego podniecenia do apatji, wyczerpanie, bezsenność, lub późne zasypianie; krzyki nocne, zgrzytanie zębami, różne ticki, grymasy, przyzwyczajenia, nałogi, strachy, obawy, wady mowy, jąkanie się i t. d. i t. d. — oto niekompletny zespół różnych odchyleń od normy. Nic dziwnego, że ś. p. dr. St. Kamiński w swej pracy o organizmie dziecka — wyraźnie mówi o fizjologicznem przeciążeniu tego okresu — t. j. o pracy tak wytężonej w kierunku szybkiego dorastania, że małej tylko rzeczy potrzeba — aby wywołać już jeżeli nie chorobę — to w każdym razie objawy nienormalne. Trzeba nieszczęścia, że często tej małej rzeczy dostarczają rodzice.

Do niedawna jeszcze wiek przedszkolny uważany był w stosunku do szkolnego za okres — w życiu człowieka — odpowiadający stosunkowi człowieka pierwotnego, dzikusa — do cywilizowanego europejczyka.

Hasało sobie i hałasowało dziecko, ile mogło,zbijało bąki — trochę pod kontrolą starszych — póki młodsze, potem prawie samo — ale nikomu do głowy nie przyszło — uważać wiek ten za — wiek interesujący. Pieściła matka, pilnowała żeby jadło — patrzyła jak się bawi — ale w świat ten dziecięcy nie wkraczała — bo to przecież jeszcze było.... dziecko. Co innego — jak się ubierze w mundurek szkolny!.

Od okresu zupełnego ignorowania czasu rozwojowego wczesnego dzieciństwa — wchodzimy obecnie pełną parą w okres szybkiego wzrostu zainteresowania. Świadczy o tem literatura psychologiczna i pedagogiczna, świadczą pisma poświęcone temu okresowi życia dziecka. Żyliśmy już w „wieku dziecka“ szkolnego, potem niemowlęcia, teraz jest czas na „przedszkole“.

Samo zjawisko jest pocieszające — ale kryje ono w sobie pewne objawy niebezpieczne. Jak zawsze, w momentach pierwszych entuzjazmu, łatwo o przesadę. Przed tą przesadą chciałbym ostrzec. Idąc po linji — nietylko bystrzejszego obserwowania małego dziecka, ale i chęci oddziaływania na nie w tym czasie — posiłkujemy się zdobytą już bogatą wiedzą pedagogiczną. Nie traktujemy już lekceważąco zabawy — małego dziecka, rozszerzamy sami jej ramy — bogacimy jej treść i tą drogą dążymy do najwszechstronniejszego oddziaływania na rozrastający się intelekt dziecka. Nie krępując swobody, nie nadużywając teroru władzy rodzicielskiej, niepostrzeżenie wdrażamy dziecko do pewnego wysiłku umysłowego, do pewnej dyscypliny moralnej i umysłowej — a dal-

szym ciągiem tej pracy będzie szkoła.

Jednak wczesne dzieciństwo jest pedagogicznie bardzo trudnym okresem i wymagającym dużej ilości taktu i odczucia dziecka.

Podkreślając na początku sprawę **nerwowości** dziecka — miałem właśnie na myśli konieczność oszczędzania go — co zresztą nie musi prowadzić do zupełnej bezczynności. Jest tu jak z rekonwalescentem — nie dobrze nie dać mu się ruszać — nie dobrze też pozwolić odrazu na zbyt duży wysiłek.

Rodzice częściej grzeszą tym drugim. Cieszy ich rozwijający się umysł dziecka, jego uwagi, spostrzeżenia. Chcieliby jak najszybciej widzieć w nim towarzysza, powiernika; chcą mieć „inteligentne“, „nieprzeciętne“ „bystre“ dziecko. I oto, fałszywie ujmując nowe systemy wychowawcze, widzą w nich tylko narzędzie, do szybkiego forsowania rozwoju — nie przewidując — jak fatalne następstwa mogą być potem w wyniku.

Ile marnuje się potem przedwcześnie przemądrzałych dzieci — ilu hoduje się w ten sposób przyszłych neurasteników.

Oszczędzajmy dziecko, pamiętajmy o tym kolosalnym wysiłku — jaki wykonywuje ono z dnia na dzień, choć ten dzień wydaje się nam takim ubogim we wrażenia! Nie liczmy wszystkiego naszą miarą! Pamiętajmy, jak wielkie przestrzenie wiedzy — tej najkonieczniejszej, najbliższej — przyswoić sobie musi na swych dziecięcych małych nóżkach — umysł dziecka.

Pamiętajmy o możliwości przeciążenia umysłu w wieku wczesnego dzieciństwa.

Dr. J. Bogdanowicz.

D z i e c i

Za co właściwie tak się je lubi, zaco? Budzą się i stają na głowach w chwili, kiedy sen — ten najpiękniejszy, z feeryczną fabułą — daleki jest jeszcze od happy end‘u. Natychmiast każą, żeby je ubierać, opowiadać bajkę, dawać ciastko, scyzoryk, osła, pestki, cylinder, Bozię na kółkach i samochód w kratkę! Wogóle wszystko ma być dla nich. nawet tom Monteskjusza, którym podpierają kulawą fortecę. Broń Boże, zwłoka! Zabierają się same do działań... Po chwili mają majtki na głowie, cegłę w zębach, noże w dłoni i jeszcze gorsze zamiary w sercu.

Czy posiadają jakiekolwiek dobre skłonności? Czy lubią kryniczną wodę, wonne mydełko, pożywne Herculo, czyste, świeże ubranka? Nigdy! A raczej: przeciwnie. Lubią miesić błoto, smarować nos węglem, jeść zgniłe śliwki i fartuchem ścierać po piesku. W czasie mycia wrzeszczą, jak święcone dja-



Zobaczył.

by, przy obiedzie plują, śpiewają i wylewają dużo zupy na obrus. Ale nigdy nie jedzą. Najlepiej czują się w łachmanach.

Więc może są pomocne w domu? No, tak. Znałam jednego, który pomagał sprzątać... Usunął przez okno kilka sztuk Kopenhagi, żeby ojciec miał więcej miejsca na biurku. Atrament — „tymczasem“ — wlał do imbryka babci. Książkę czekową zaopatrzył w pętelkę i zawiesił na miejscu zużytych bibułek. Poczem — rozmarzony — raczył wymaszerować z armatą do parku.

— — — — — — — — — — — —

Niektórzy jednak mówią: one są kwiatem życia. Aha!... Czy kto próbował — w ich pobliżu — oddawać się sztuce? Naprzykład śpiew. Moja siostra ma wspaniały głos i trzyletniego syna. Studjuje. Kocha dziecko. Jakże ślicznie umie zaaranżować „dzień szczęśliwej kobiety“! Więc: wygimnastykuje się, da śniadanie, uściska męża w progu ,każe sprzątnąć salon i — różowa, wonna, w pyjamie, w pysznym sosie — rozkłada nuty. Dzidziunio w rogu za kanapą dostaje koc na podłogę, zabawki i najczarowniejszy uśmiech.

— Dzidziunio jest ptaszek. Dzidziunio jest cuduś. Dzidziunio będzie się bawił i będzie słuchał piosenek.

Phi, phi la la!.. Dzidziunio zaraz odszedł — wrócił z trąbą; troszkę później zeszpecił koc; a wreszcie trzasnął matkę słoniem po uchu. Bądźże tu „szczęśliwą kobietą!“

— — — — — — — — — — — —

Przytem niewdzięczni w najwyższym stopniu! O, zaraz... tego lata nasz sąsiad Jędrzej. Rok i siedem miesięcy. Opasła figura, czerwona na twarzy, oczy, jak latarnie, na czubku głowy osełedec, wogóle więcej dołków i niedorzeczności, niż ludzkiego sensu. Okropnie zajęty! Spotkasz go na ścieżce, chcesz się rozmówić:

— Jędrusiu, dokąd? Chodź na rączki, dostaniesz malinkę.

Właśnie! Nadmie się, macha łapą i na swoich miękkich słupach sadzi przed siebie, tylko mu czub skacze.

— Nema casa (niema czasu) — powiada. Bóg raczy wiedzieć, na co on wydał ten czas... Więc Jędrzej. Matka ma obłęd na jego

punkcie. Kiedy biegnie do niego, oczy zachodzą jej bielmem, kiedy go bierze na ręce, wszyscy odwracają wzrok: strach patrzeć — udusi, rozgniecie, połknie na surowo... Ale nie. Nie rozgniata, nie dusi. Pilnuje, żeby jadł glicerofosfat, ciągle dezynfekuje, sterylizuje, jodynuje, odstukuje uroki... I stroi syna. Stroi, jak bonzę. Kiedy malec śpi w hamaku, albo i w łóżku wieczorem, matka ściboli. Nieprawdopodobne jakieś kombinezony z kieszeniami na brzuchu — zielone tło, na niem damy, nad damami parasolki, nad parasolkami ptaszki... Albo na kieszeni wyhaftowany niedźwiedź... bawi się piłką w niebieskie i pomarańczowe kwiaty... Niedźwiedź wyjątkowo skomplikowany... Matka ślęczała chyba z miesiąc. Któregoś rana wyglądam oknem: Jędruś paraduje. Łuna bije, taki wystrychnięty. Nieprzystępny... Lecę do niego, zaczynam się podlizywać. O, niedźwiedź gotowy!

— Jędruleczku, a co to? Kto ci wyhaftował taką piękną caculę?

Chłopak odyma się, ledwie nie pęknie. Wreszcie grubo oświadcza:

— Tata obil ten cacy (tata zrobił tę cacę).

Voilà wdzięczność! Voici sprawiedliwe serduszko!

— — — — — — — — — — — —

Albo Magdalena... Wychowuje ją babcia. Starowina wyłazi ze skóry, żeby dziecku było przyjemnie. Jak nie plastyka, to Pat i Patachon, jak nie solfeż, to park Skaryszewski... Systemy, metody, heu-



Zwyciężył.

rezy, Anderseny, Roentgeny... No, ptasie mleko. Raz spotykam obie panie w Ziemiańskiej. Magdalena macha nogami na krześle, przed nią sterta ciastek i szaleństwo kremu. Owszem — spożywa łaskawie. Babcia popija półczarnej, podsunie, odsunie, przykrawa miesza, dmucha... Wszystko dobrze. Przysiadam się — i pogawędka. Przeglądamy ilustrowane wyczyny sportowe. Gruba desperatka grzmi do rzeki ze szczytu trampoliny. Magdalena z trudem otwiera usta:

— Kto jom tak zapycha do wody?

Babcia śpieszy z otuchą:

— Nikt, kochanie, nikt — ona nie utonie z pewnością.

Magda przełyka krem. Dumnie potrząsa kokardą, oznajmia:

— Żeby **ja** ciebie, babciu, zapchnęłam, toby się utopiłaś na śmierć?

Co państwo na to?

— — — — — — — — — — — —

Inni znów twierdzą: dzieci wnoszą humor, śmiech, ożywienie.

Nieprawda: dzieci są ponure.

Pamiętam: była w domu taka poezja o szczurach — sielanka szczurzej rodziny. Szczurzęta w śliniakach, w portkach, na nocniczkach, papa z gazetą, mama przy kuchence gazowej... W mrokach bytu czai się kot. Nudna historja, ckliwa! Odczytywałam ją mojej bratanicy, która słuchała nad wyraz obojętnie. Usiłowałam modulować głos — raz deklamowałam czule, raz groźnie, raz z wiośnianą radością... Małej nawet brew nie drgnęła. Ilekroć jednak dojeżdżałam do końca, podnosiła głowę i padał rozkaz:

— Telaź od poiątku psiecitać!

„Psiecitywałam“, zgrzytając zębami. Ale pewnego pięknego wieczora w miejscu, gdzie opisywano błogość szczurzej progienitury, pokusiłam się o zabawny warjant: zamiast wygłosić „suche, zdrowe i szczęśliwe“, skroiłam komiczną minę i rzekłam „mokre, chore, nieszczęśliwe“. O, Boże, jakże niewinnie i dotkliwie ucierpiałam wtenczas! Anulka skoczyła na mnie, niczem ów kot, czający się w mrokach bytu. Okładając po głowie, krzyczała:

— Suche som, zdrowe som i som scęśliwe!!

Czy to ma być poczucie humoru? Dziękuję.

— — — — — — — — — — — —

Naprzeciwko mych okien jest freblówka. Słuchacze tego fakultetu nikogo nie słuchają. I chronicznie trwa tam, jakgdyby przewlekła rewolucja, z całym klasycznym sztafażem: pociski, barykady, ranni...

Od czasu do czasu dolatują bardzo smutne pienia. Wtedy nasza kucharka mówi:

— No, nareszcie, dzieciaki się bawią.

Przylepiam czoło do szyby... Cóż widzę? Kilkanaście małych istot, trzymając się za ręce, krążą sennem koliskiem. Nosy spuszczone, krok gnuśny... Śpiewają.

Bogowie! To ma być radość życia?! Nie, nie. Ja zupełnie nie pojmuję, za co lubimy dzieci. A raczej, owszem, wiem: otóż zupełnie **za nic.**

I dlatego lubimy tak strasznie, jak nic innego na świecie!!

Marja Kuncewiczowa.



Czy pozwalać dzieciom biegać i skakać dzień cały?

Małe dzieci mają potrzebę ruchu, który jest automatycznie ograniczony a często zniesiony z chwilą, gdy dzieci zaczynają chodzić do szkoły.

Odpowiedzielibyśmy chętnie, że trzeba uszanować tę ekspanję fizyczną i naturalną u dziecka i pozwolić mu gestykulować do woli, tak długo póki nie chodzi do szkoły i dać mu swobodnie wybiegać się 2 — 3 godzin dziennie.

Ale u małych dzieci można często zauważyć pewne zdenerwowanie, które je pobudza do gestykulowania bez przerwy; jest to więc u nich widocznym nadmiarem nerwowości. Takie dzieci są zwykle chude, podniecone i krnąbrne. Takim trzeba ograniczyć ruch fizyczny, ale za poradą domowego lekarza, gdyż te wypadki są zbyt różnorodne, bym mogła dać pożyteczne wskazówki.

Trochę przewidującej ostrożności, trochę stanowczości w kierownictwie, a rodzice unikną często wielkich trosk.

Z pamiętnika Wandeczki

(Dokończenie).

W październiku zauważyłam pierwszy objaw fantazji u Wandeczki (19 m. ż.). Z właściwą wszystkim dzieciom cudowną mimiką pokazywała, iż na rączce ma „cik-cik“ i dawała nam słuchać jak bije.

Umysł Wandeczki ciągle pracuje, a nawet przeprowadza „samodzielne badania“. Pewnego wieczoru październikowego siedzimy z Wandeczką na kanapie. Po chwili Wandeczka zaczyna się kręcić niespokojnie i widać, że zaczyna ją intrygować własny jej cień rzucony na kanapę i ścianę. Pe pewnej chwili przebiega pręciutko wzdłuż kanapy, trzymając się oparcia, a cień za nią. Przystaje, namyśla i pręciutko przykuca chowa-

jąc się z pełnym zadowolenia chichotem za oparcie. Ale cóż, gdy spojrzała w bok, znów ujrzała prześladujący ją cień. Zeszła, więc z kanapy i powoli przechodziła się po boku, ciągle obserwując cień na ścianie. Gdy nieco oswoiła się z nim i doszła do wniosku, że musi widocznie jej towarzyszyć, zapytała krótko: co to? Odpowiedziałam nie wyjaśniając nic — „cień". Od tej chwili, kiedy poznała nazwę zjawiska, przestała się nim niepokoić. Przeciwnie patrzyła nań przyjacielsko, powtarzając z zadowoleniem: „cień!" W grudniu zachorowałam poważnie tak, że przez cały prawie miesiąc nie wstawałam z łóżka. Wandeczka była przez całe rano prawie wyłącznie na opiece służącej. Dopiero po obiedzie Tatuś się nią zajmował. Na spacerze była b. dużo, gdyż wychodziła już o 9-tej do parku i dopiero od 2-giej pozostawała w domu do 4-tej. Jeśli się dało wychodziła jeszcze po obiedzie na spacer. Przez cały czas mej choroby zachowywała się wprost nadzwyczajnie. Jakby rozumiała, że nie mogę wstawać z łóżka i zajmować się nią jak zwykle. Gdy wracała ze spaceru, przychodziła do sypialnego pokoju i bardzo grzecznie bawiła się przez cały czas, kiedy służąca zajmować się nią nie mogła. Nietylko była grzeczna, ale bardzo często oddawała mi drobne usługi z minką tak pełną troskliwości, że naprawdę każdegoby rozczuliła.

Nadeszła też niebawem druga „gwiazdka" w życiu Wandzi. Spędzilimy ją w Warszawie w obrębie tylko naszej małej rodzinki. Dla Wandeczki była ubrana sreberkiem, śniegiem oraz świeczkami mała choinka. Przy świetle tylko świeczek choinki zjedliśmy razem z Wandeczką wigilję. Siedziała wraz z nami przy stole na swym wysokim foteliku i radośnie spoglądała, to na błyszczącą choinkę, to na nas. Podzieliła się z nami opłatkiem i ucałowała nas serdecznie, odczuwając uroczystość wyjątkowego dnia. Dostała też Wandusia kilka prezentów. — Najpierw daliśmy jej piramidkę, którą się ustawia z coraz to mniejszych pudełek o ściankach z obrazkami. Klasnęła w rączki i roześmiała się pełna zachwytu na widok wzrastającej ciągle piramidki. Po chwili, gdy nacieszyła się piramidką dostała pozytywkę, która stała się magiczną grajką uspakajającą wszelkie dąsy córeczki.

Bałam się trochę, że zbytek wrażeń nie pozwoli jej usnąć, ale wobec tego, że wszystkie były bardzo przyjemne zasnęła słodko, uśmiechająo się przez sen.

W połowie stycznia przeprowadziliśmy się z Pięknej na Wilanowską. Zmiana była ogromna. Dawniej Wandeczka była sama, tymczasem na Wil. znalazła się córeczka wśród ciotek i stryjów, gdyż zamieszkaliśmy u Matki Męża. Samo mieszkanie też narazie ją oszołomiło, gdyż było kilkakrotnie większe od dawnego. Nie można też jej było utrzymać na miejscu, tak chciała wszędzie zajrzeć, wszystkiego dotknąć. Zmiana mieszkania na większe wkrótce

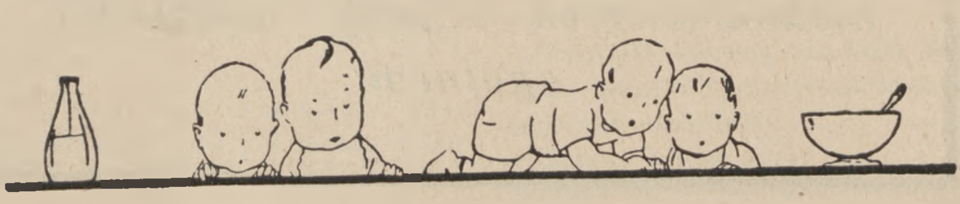
dała się odczuć bardzo korzystnie. Przez cały niemal luty z powodu ogromnych mrozów Wandziunia wcale nie mogła wychodzić na spacer. Nie odczuła tego jednak tak bardzo, gdyż w obszernem mieszkaniu ruchu miała dosyć, a powietrze na Wilanowskiej dużo jest lepsze niż na Pięknej. Przytem przez cały czas zimy spała w południe do 2-ch godzin przy otwartem oknie.

W nowym domu znalazła też Wandeczka wiele „koleżanek“. Nie chodzimy już na spacer do parku, ale mimo to nadal ma córeczka towarzystwo dziecięce, tak potrzebne do normalnego rozwoju.

Wśród drobnych wydarzeń i przygód, których nie mogę tu przytaczać dobiegł do końca drugi rok życia Wandeczki. Jakaż to szalona zmiana od chwili urodzin. Słownik jej składa się ze 111 słów, któremi doskonale potrafi się porozumieć mimo, iż brzmienie ich jest nieco zmienione. Zaczyna też z coraz większym upodobaniem słuchać bajeczek, które na razie są bardzo proste. O wróbelku, któremu zimno, więc go Wandeczka wpuszcza do pokoju, ogrzewa i karmi; o kaczuszce, która nie może pływać w parku i poszła do domu, gdzie czekała na nią mamusia z obiadkiem. Dobre serduszko Wandeczki kazało kończyć tę bajęczkę w ten sposób, że Wandeczka dała kaczuszce rajtuzki, paltko i kapturek, by nie zmarzła, jak wychodzi na spacer.

Fizycznie Wandzia jest też bardzo rozwinięta. Wygląda na conajmniej trzyletnie dziecko. Nie to jednak mnie głównie zachwyca — choć jeszcze nie ukończyła dwóch lat, potrafiła sobie zdjąć i włożyć palteczko, pantofelki, kapturek, a nawet pomaga mi przy podpinaniu guzików w poszewkach podczas powlekania pościeli. Pierwszy raz, gdy mi pomagała, namordowało się maleństwo ogromnie, jednak zapięła samodzielnie dwa guziki przy jaśku, podczas gdy ja całą pościel powlekłam. Lecz początek zawsze jest trudny. Paluszki jej do takiej wprawy doszły, że gdy skończyła dwa lata w ciągu tego samego czasu zapinała całą dużą poduszkę. Nie chodzi tu o rzeczywistą pomoc, ale ile satysfakcji ma przy tem nasza córeczka, jak wyrabia sobie wytrwałość, no i nie przeszkadza mi przez cały czas zajęcia!

W sam dzień urodzin kupiliśmy Wandeczce duży album do fotografji, gdzie wklejamy wszystkie jej fotografje zacząwszy od pierwszej, na której jako czteromiesięczne bobo jest jeszcze w poduszce. Będzie to doskonałe uzupełnienie pamiętniczka, jaki dla niej spisuję.



Odpowiedzi na listy rodziców

1. Dla Marcinka. Ponieważ synek Pani kończy już niedługo rok, powinien przeto jadać 4 razy na dobę.

Śniadanie: Kawa zbożowa lub kakao owsiane (może być Wedla) fosfatyna na mleku z bułką lub chlebem z masłem.

Obiad: Wszelkie zupy jarzynowe i owocowe, zaprawione mąką lub kaszką, aby były gęściejsze. Na drugie danie jarzyny lub jabłko pieczone, kompot, kisiel, galaretka.

Podwieczorek: Połowa tego co na śniadanie oraz owoce.

Kolacja: Kaszka na mleku.

Tran małemu można dawać raz dziennie w ilości jednej łyż. od herbaty.

Vigantolu i Vitavitu nie należy stosować bez zlecenia domowego lekarza.

2. Pani Hance Zawadzkiej. 6-cio miesięczny synek Pani powinien jadać 5 razy na dobę w odstępach 3½ godzinnych.

6, 9.30, 16.30 i 20 pierś, o godzinie 13 kaszka manna na smaku z jarzyn i jarzyny.

Kaszkę mannę w ilości 1½ łyż. od herbaty należy gotować na smaku z jarzyn aż do zupełnego ugotowania i otrzymania 150 gr. Następnie należy dodać 1½ łyż. cukru i ½ łyż. masła.

Jako II-ie danie jarzyny, w ilości stopniowo od 1 do 6 łyż. od herb. Jarzyny muszą być dobrze ugotowane, przetarte przez sito i zaprawione cukrem i masłem do smaku. Z jarzyn w chwili obecnej mały może dostawać marchew, kalafior, szpinak, buraki.

Oprócz powyższego mały musi dostawać surowe soki (pomidory, marchew, pomarańcze) w ilości stopniowo od 1 do 6 łyż. od herbaty.

Opuszczenie żołądka spotyka się u niemowląt bardzo rzadko. Opisane przez Panią pluskanie występuje u wszystkich niemowląt wobec wypełnienia żołądka pożywieniem i częściowo powietrzem.

3. Pani J. B. Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

4. Panu Józefowi Perestaj. Odpowiedź wysłaliśmy pocztą.

5. Mamusi Stasieńka. Waga 6-cio miesięcznego synka Pani jest bardzo dobra.

Sposób odżywiania dobry. Przy uporczywem zaparciu można zastosować Biomalz w ilości od 1 do 3-ch łyż. od herbaty. Można go podawać z jedzeniem lub w herbatce.

Na noc należy zawijać małego w pieluszki. W pokoju ciepłota 16 st. Celsjusza jest zupełnie wystarczająca.

Co do ubierania dziecka to w tych krótkich odpowiedziach możemy Pani dać jedynie ogólne wskazówki. A mianowicie należy dziecko zawsze ubierać stosownie do temperatury otoczenia. Przegrzewanie dziecka prowadzi łatwo do różnych schorzeń.

Na spacer w chłodne i mroźne dnie małemu trzeba wkładać płaszczyk z długiemi rękawami, które będą chroniły ręce przed zmarznięciem.

6. Matce Jędrusia. Waga Pani 4-ro miesięcznego synka jest niższa od przeciętnych norm wagi dziecka w tym wieku, mimo to poszczególne porcje pożywienia przy 6-ciokrotnem odżywianiu powinny wynosić 150 gr.

Mieszanki o składzie 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1½ łyż. od herbaty cukru na 100 gr. mieszanki.

Z surowych soków może mały otrzymywać sok z marchwi, pomidorów, cytryny (słodzony).

DO CZYTELNICZEK

Uprzejmie prosimy dołączać do listów z odpowiedzią znaczki na sumę gr. 35.

Listy, do których nie będą dołączone znaczki pocztowe, pozostawać będą bez odpowiedzi.

Zmiana adresu 50 gr.

Przy uporczywych zaparciach można stosować jabłka skrobane stopniowo od 1 do 3-ch łyż. od herbaty.

Tran należy podawać raz dziennie w ilości 1 łyż. od herbaty.

7. Pani Marji Adamczykowej. 5-cio miesięczny synek Pani powinien jadać 6 razy na dobę w godzinach następujących: 6, 9, 12, 15, 18, 21. Przerwa nocna musi wynosić 9 godzin, podczas której nie wolno dziecku dawać jeść.

Wobec małej ilości pokarmu należy dziecko dokarmiać do 150 gr. na porcję, mieszanką o składzie 2 części mleka, 1 część kleiku owsianego z dodatkiem 1½ cukru na 100 gr. mieszanki.

Z chwilą gdy mały ukończy 6 miesięcy należy przejść na 5-cio krotne odżywianie w godzinach: 6, 9.30, 13, 16.30 i 20. — W czem synek Pani powinien dostawać 4 razy pierś, z mieszanką, ewentualnie samą mieszankę o powyższym składzie. Poszczególna porcja 180 gr.

1 raz w porze południowej kaszka manna na smaku z jarzyn i jarzyny.

Sposób przygotowania kaszki i jarzyn znajdzie Pani w odpowiedzi Nr. 2.

Oprócz powyższego mały musi dostawać surowe soki (marchew, pomidor, cytryna, pomarańcze).

Należy też pomyśleć o tem, aby dziecko było codziennie kilka godzin na spacerze.

Rozstrzygnięcie konkursu amatorskiego robót kobiecych

Na konkurs nadesłano ogółem 134 roboty.

Sąd konkursowy w osobach pań Puławskiej, M. Radwanówny, Z. Raczyńskiej, T. Skotnickiej, M. Stefkowej w dniu 18 października przyznał nagrody następującym osobom:

1-A NAGRODA ZŁ. 250 W GOTÓWCE

WP. Danuta Żelechowska, Chojnowo p. Przasnysz, skrz. poczt. 44.

2-A NAGRODA ZŁ. 100 W GOTÓWCE

WP. Halina Szczepanowska — Poznań, ul. Wały Kościuszki Nr. 6a.

WP. Leokadja Wiszniewska, st. k. Ostrołęka, urz. poczt. Ostrołęka II.

WP. Halina Radziszewska — Warszawa, Wilanowska 6 m. 3.

WP. Irena Komorowska — Warszawa, ul. Kazimierowska 23 m. 1 kol. Szustra.

WP. Danuta Żelechowska — Chojnowo p. Przasnysz skrz. poczt. 44.

3-A NAGRODA ZŁ. 50 W GOTÓWCE

WP. Danuta Żelechowska — Chojnowo p. Przasnysz skrz. poczt. 44.

WP. Zofja Czermińska — Kraków, ul. Krupnicza Nr. 9.

WP. Wacława Serbianowa — Sosnowiec, Nowa 5 (domy kolejowe).

WP. Zofja Czermińska — Kraków, ul. Krupnicza Nr. 9.

WP. Jadwiga Stypułkowska — Płock, Piekarska Nr. 1 m. 9.

WP. Marja Walewska — Warszawa, Złota 56 m. 33.

WP. Cecylja Sadowska — Skępe, poczta, Skępe wioska.

WP. Halina Szczepanowska — Poznań.

4-A NAGRODA ZŁ. 25 W PRZEDMIOTACH WARTOŚCIOWYCH

WP. Noblinówna — Warszawa, ul. Tarczyńska 22 m. 30.

WP. Marja Majchrzakówna — poczta Anin — Wawer, dom własny.

WP. Marja Draholowa — Warszawa — Żoliborz, Marymoncka 6a m. 34.

WP. Janina Hoserowa — Poznań, Dąbrowskiego 7.

WP. Zofja Kowalczykówna — Warszawa, Piękna 37 m. 30.

WP. Janina Więckowska — Warszawa, ul. J. Fałata 4 m. 5.

WP. Zielińska Marja, Skępe dwór, pow. Lipno, woj Warszawskie.

WP. Bronisława Popławska — Warszawa, Grójecka 42a m. 10.

WP. Zofja Kleniewska — Warszawa, Smolna 23 m. 1.

WP. Marja Radlińska — Warszawa, Lubieszowska Nr. 7.

WP. Stefanja Runiewska — Warszawa, Nowolipki 10 m. 6 P. K. O.

WP. Jadwiga Sykuterowa — Starogard, Pomorze, ul. Skarszewska 21.

WP. Aniela Majewska — Warszawa, Wspólna 36 m. 23.

WP. Zofja Skalska — Warszawa, Al. Jerozolimskie 79 m. 1.

NAGRODY POCIESZENIA

Serwis:

WP. Johanna Herse — Warszawa, Plac Dąbrowskiego 9.

WP. Stanisława Ostrowska — Milanówek, dom Wróbla, ul. Piasta.

WP. Danuta Kuczkowska — Warszawa, Solec 15 m. 17.

Platery:

WP. Halina Noblinówna — Warszawa, Tarczyńska 22 m. 30.

WP. Zielińska Marja — Skępe — dwór.

WP. Draholowa Marja — Warszawa, Żoliborz, Marymoncka 6a m. 4.

Kryształ:

WP. Michalina Janikowska — Warszawa, Polna 32 m. 12.

WP. Helena Wisznowska — Warszawa, ul. Służewska 5 m. 2.

WP. Aniela Majewska — Warszawa, Wspólna 36 m. 23.

WP. Jadwiga Balińska — Warszawa, Foksal 15 m. 8.

WP. Marja Rogalska — Sulejówek, willa Andersa.

WP. Józefa Chęciowa — Warszawa — Grochów, Lubieszewska 7.

WP. Halina Bączkowska — Warszawa, Długa 8 m. 5.

WP. Łucja M. Trznielowa — Lublin, Graniczna 6 m. 6.

WP. Halina Stefanowska — Warszawa, Kopernika 11 m. 4.

Zaczęte roboty:

WP. Helena Questowa — Warszawa, Filtrowa 68 m. 74.
WP. Stefanja Sarnowska — Warszawa — Żoliborz, Sułkowskiego 43.
WP. Hanna Kosobudzka — Opoczno, woj. Kieleckie, starostwo.
WP. Natalja Adamska — Warszawa, Myśliwiecka 11 m. 13.
WP. Janina Imachowa — Sosnowiec, ul. Legjonów 3 m. 5.
WP. Stanisława Karpińska — Warszawa, Wspólna 14 m. 12.
WP. Justyna Świętorzecka — Warszawa, Smolna 28 m. 8.
WP. Justyna Wolfenburg — Warszawa, Ciepła 13 m. 19.
WP. Janina Wojciechowska — Warszawa, Stalowa 71 m. 20.
WP. Janina Kalksteinowa — Warszawa, Złota 28 m. 15.

Nasza Encyklopedja Ściegów

WP. Alina Konachewiczowa — Śląsk — Tarnowskie Góry, ul. Powstańców Nr. 37.
WP. Stanisława Ostrowska — Milanówek, willa Dr. Wróbla.
WP. Wanda Furowiczowa — Pińsk, ul. Albrechtowska 63.
WP. Eugenja Krzystkiewicz — Warszawa, Topolowa 11 m. 104.
WP. Janina Wykowska — Albertyn pod Słonimem, woj. Nowogr.
WP. Helena Chodkowska — Warszawa, Chmielna Nr. 11.
WP. Janina Imachowa — Sosnowiec, ul. Legjonów 5 m. 3.
WP. Regina Bielecka — Warszawa, Budowlana 21 m. 3.
WP. Marja Szumska — Warszawa, Chocimska 15 m. 5.
WP. Johanna Herse — Warszawa, Plac Dąbrowskiego 9.
WP. Krystyna Nowakowska — Warszawa, Wilcza 46.
WP. Marja Kamińska — Warszawa — Żoliborz, ul. Generała Zajączka 2.

Roboty, nagrodzone na Konkursie będą do odebrania w domu Tow. Bracia Jabłkowscy od dn. 10 listopada.

Po odbiór robót nienagrodzonych można się zgłaszać od dn. 3 do 15 listopada włącznie.

Redakcja i Administracja: Górnośląska 20, tel. 401-24. Konto P. K. O. 14555.
Cena prenumeraty „Młodej Matki": w kraju płatna tylko zgóry rocznie 14 zł. — półrocznie 7 zł. 40 gr. — kwartalnie 3 zł. 70 gr.

ZAGRANICĄ: półrocznie zł. 10, rocznie zł. 20.

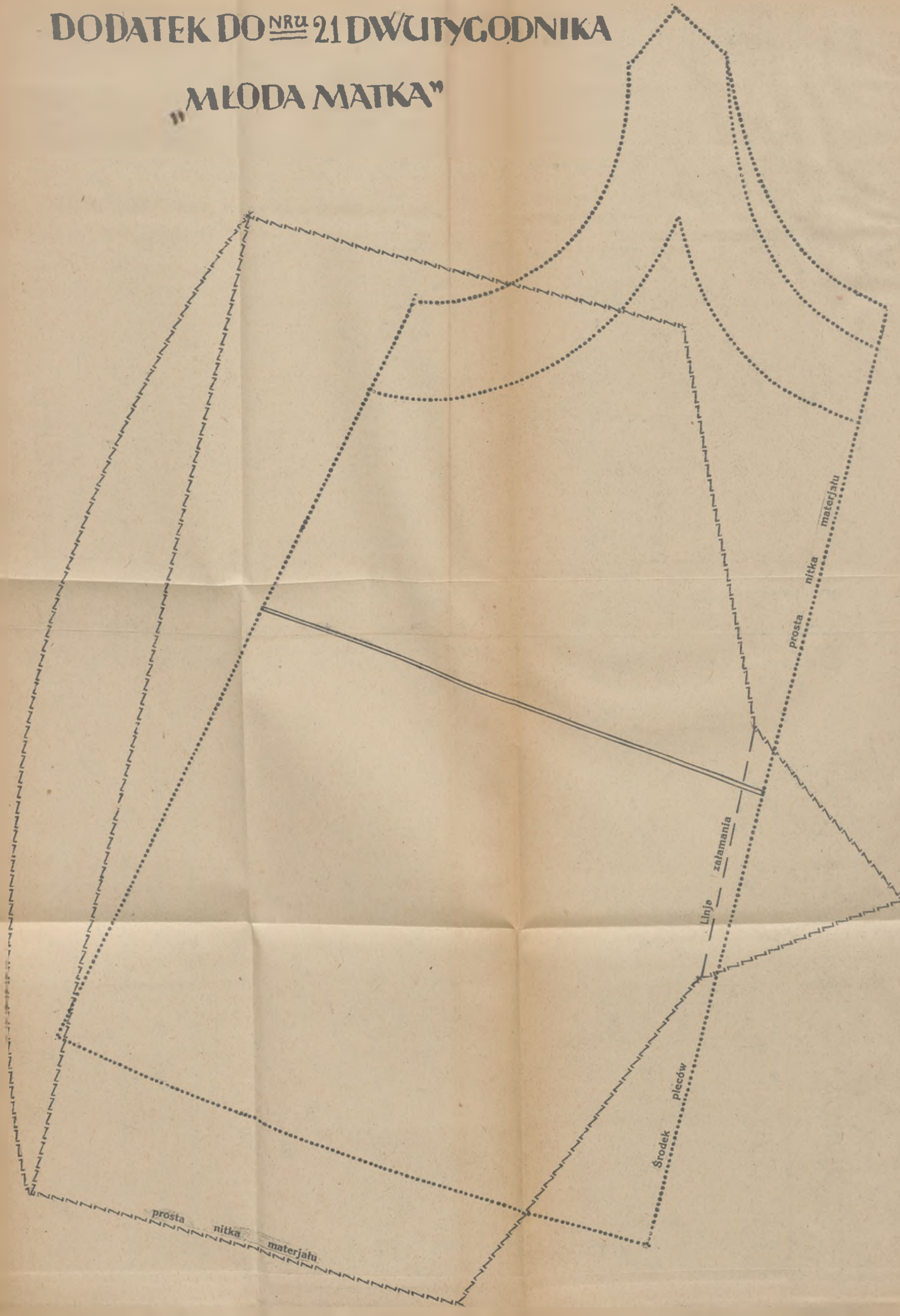
Prenumerata płatna zgóry każdego kwartału.
Cena ogłoszeń: wewnętrzne strony okładki: 1 strona 150 zł., ½ strony 75 zł., ¼ strony 40 zł., ostatnia strona i za tekstem o 50% drożej. Miejsca zastrzeżone o 25% drożej od cen powyższych.

Wydawca: E. Grocholska. Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

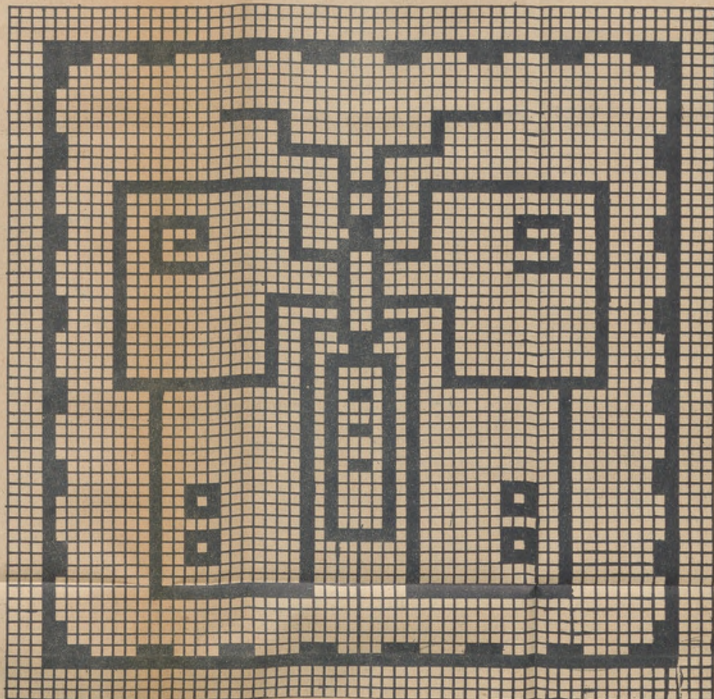
Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

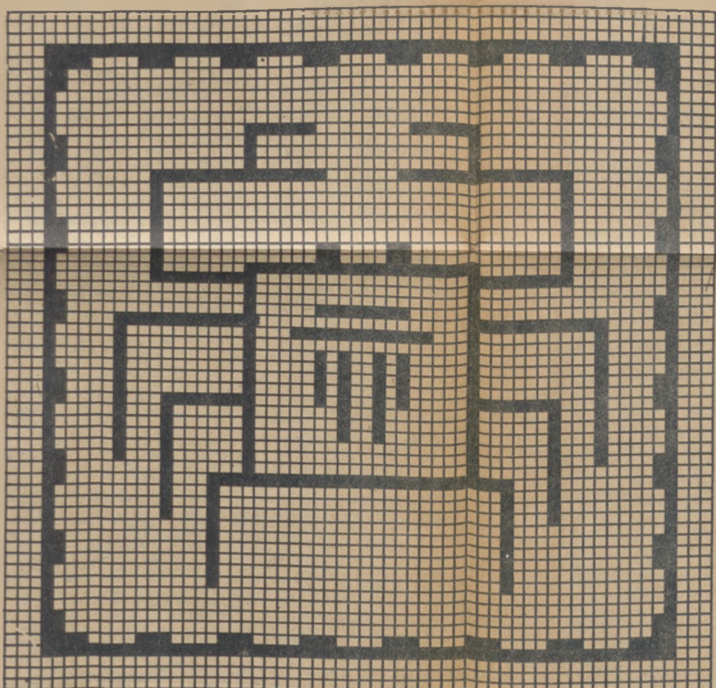
DODATEK DO NRU 21 DWUTYGODNIKA „MŁODA MATKA"



WYSZYWANKI DLA DZIECI

PODUSZKI DLA LALEK WYSZYWANE WŁÓCZKĄ NA KANWIE ŚCIEGIEM KRZYŻYKOWYM





DW. 1930